

**КОУОО «ОРЛОВСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ДЛЯ ГЛУХИХ,
СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ И ПОЗДНООГЛОХШИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор

В.И. Юшина

15 марта 2024г.

Пятница

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурника
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак 1	Суп молочный вязкая манная	250	3,52	4,07	35,46	198,30	№160, Лапшина, 2004
	Омлет натуральный	65	5,12	6,25	2,50	88,73	№117, Могильный, 2017
	Бутерброд с маслом	70	5,80	4,90	11,20	82,50	№6, Могильный, 2007
	Кофейный напиток с молоком	200	3,80	2,90	11,30	86,00	54-23гн-2020, Новосибирск
Итого за завтрак 1:		585	18,24	18,12	60,46	455,53	
Завтрак 2	сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389, Могильный, 2015
	Яблоко	150	6,45	0,60	0,60	13,35	пром
	Сушки	35	3,5	2,63	26,95	147	пром
Итого за завтрак 2:		385	10,95	3,23	47,75	245,15	
Обед	Суп лапша домашняя на к/б	300	13	3,9	64,5	354	№549, Лапшина, 2004
	Каша гречневая рассыпчатая	200	1	9,3	47,9	318,5	54-4г-2020, Новосибирск
	Котлета из курицы	110	15,4	5,3	12,1	132,8	54-5м-2020, Новосибирск
	Лечо	80	0,96	3,77	6,17	62,40	
	Кисель	200	0,39	0,10	30,15	140,80	№356, Могильный, 2015
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за обед:		950	34,95	22,97	186,62	1134,50	
Полдник	Апельсины	150	1,35	0,3	12,15	64,5	пром
	Мармелад	30	0,06	0	25,47	94,8	пром
Итого за полдник:		180	1,41	0,30	37,62	159,30	
Ужин 1	Квашенная капуста	100	1,20	11,20	6,70	111,90	№21 Могильный, 2017
	Картофель жаренный из отварного	200	4,18	5,30	36,28	242,30	№214, Могильный, 2011
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	8,60	16,40	8,70	206,00	54-11р-2020, Новосибирск
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн-2020, Новосибирск
	Бутерброд с маслом	70	1,20	9,00	6,70	111,90	54-16з-2020, Новосибирск
	Хлеб ржаной	60	4,20	0,60	25,80	126,00	пром
Итого за ужин 1:		740	19,58	42,50	90,68	824,90	
Ужин 2	Снежок	200,00	5,00	5,60	22,00	158,00	пром
Итого за ужин 2:		200	5,00	5,60	22,00	158,00	
Итого за день:		3040	90,13	92,72	445,13	2977,38	

Медсестра

Е.В. Барыкина